



ՊԱՇՏՊԱՆԵՔ ԶԵՉ ԵՎ ԶԵՐ ՀԱՃԱԽՈՐԴՆԵՐԻՆ COVID-19-ԻՑ ԿՐԵՔ ԴԻՄԱԿ ԵՎ ԻՄԱՑԵՔ ԶԵՐ ԻՐԱՎՈՒՆՔՆԵՐԸ

Եթե դուք աշխատում եք փակ տարածքներում կամ փոխադրամիջոցներում ուրիշների հետ, ձեր գործատուն պետք է ձեզ տրամադրի համապատասխան բժշկական և շնչառական դիմակներ (respirators), եթե դուք պահանջեք նրանից: Դուք կարող եք ձեր ցանկությամբ կրել կամ չկրել դրանք: Դուք կարող եք պահանջել N95 (NIOSH-ի կողմից հավաստագրված) շնչառական դիմակ, և ձեր գործատուն պետք է տրամադրի համապատասխան չափի N95 շնչառական դիմակներ (respirators), ինչպես նաև դրանց օգտագործման [հիմնական գույունները](#): Սա վերաբերում է ձեզ՝ անկախ նրանից՝ դուք լիովին պատվաստված եք, թե ոչ: Եթե ձեր գործատուն պահանջում է մշտապես կրել դիմակ փակ տարածքներում, նա պետք է առաջարկի դեմքը լավ գրկող բժշկական դիմակներ:

- ✓ **Ձեր գործատուն պետք է ձեզ անվճար տրամադրի դիմակներ կամ շնչառական սարքեր:**
- ✓ **Ձեր գործատուն չի կարող ձեզ խրախուսել դիմակ չկրել կամ վրեժխնդիր լինել ձեզնից դիմակ կրելու համար:**
Պահանջեք ձեր դիմակը:

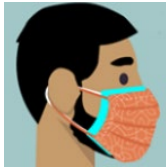
Իմացեք, Թե Որ Դիմակներն են Ապահովում Լավագույն Պաշտպանությունը COVID-19-ից

Ավելի Ուժեղ Պաշտպանություն



Շնչառական դիմակներ՝ N95, KN95 և KF94

Նույնիսկ ավելի արդյունավետ են դեմքին հարմարեցնելու ստուգում անցնելուց հետո



Կրկնակի դիմակներ

(Բժշկական դիմակ + կտորե դիմակ)



Բժշկական դիմակ՝ ամրացված

- Ամրակով
- Կապելու և պարտակելու հարմարությամբ



Բարձր զտման կտորե դիմակներ եւ Կիրաբուժական դիմակ՝ չամրացված

Ավելի Թույլ Պաշտպանություն

Անկախ նրանից, թե ինչպիսի դիմակ եք կրում, ստուգեք դիմակի համապատասխանությունը ձեր դեմքին և վերացրեք բթի վերևի կամ կողքերի բաց հատվածները:

Բաց հատվածները զգալիորեն նվազեցնում են ցանկացած դիմակի արդյունավետությունը:

Ձեր շնչառական դիմակը անհրաժեշտ է փոխել դրա վնասվելու, ձևափոխվելու, կեղտոտվելու դեպքում կամ երբ դրանով դժվարանում է շնչելը:

Ընդհանուր առմամբ, դուք պետք է փոխեք ձեր շնչառական դիմակը յուրաքանչյուր հերթափոխի սկզբում: CDC-ն խորհուրդ է տալիս փոխարինել ձեր շնչառական դիմակը այն հինգ անգամ դնելուց և հանելուց հետո:



Շնչառական Դիմակներ

- N95 և KN95 շնչառական դիմակները նախագծված են օդակաթիլային մասնիկների առնվազն 95%-ը զտելու համար (KF94 դիմակները զտում են 94%-ը): Սակայն դրանք կարող են ավելի քիչ հարմարավետ լինել, քանի որ ավելի լավ են գտում և ավելի ամուր են գրկում դեմքը:
- Դրանք կարող են լավ չգրկել ձեր դեմքը, եթե ձեր դեմքին մազեր ունեք:
- Լավ գործելու համար շնչառական դիմակները պետք է ամուր գրկեն ձեր դեմքը: Տե՛ս [NIOSH-ի հրահանգները](#)՝ իմանալու համար ինչպես դնել, հանել շնչառական դիմակները և ստուգել դրանց համապատասխանությունը:
- Ստուգե՛ք արդյո՞ք դիմակը կիպ է նստում ձեր դեմքին յուրաքանչյուր անգամ դիմակը կրելիս:
- Եթե ունեք շնչառության հետ կապված դժվարություններ, ապա խորհրդակցե՛ք ձեր բժշկի հետ՝ նախքան շնչառական դիմակ կրելը:
- Մի՛ կրեք շնչառական դիմակը այլ դիմակի հետ միասին:
- Եթե ընտրում եք KN95 շնչառական դիմակ, օգտագործե՛ք այն դիմակը, որը ստուգվել է [NPPTL](#)-ի կողմից կամ ապահովում է 95% կամ ավելի բարձր զտման արդյունավետություն:
- Զգուշացե՛ք [կեղծ \(կեղծված\) շնչառական դիմակներից](#), քանի որ դրանք, հնարավոր է, որ չկարողանան ապահովել խոստացված պաշտպանությունը:

Բժշկական/Կիրաբուժական Դիմակներ

- Քթի կարգավորվող կամրջակ ունեցող դիմակները, որոնք պատրաստված են ոչ հյուսված նյութի առնվազն երեք շերտից (հալեցված գործվածք և/կամ պոլիպրոպիլեն) կապահովեն ավելի բարձր պաշտպանություն և կբավարարեն <<բժշկական դիմակի>> [պահանջները](#): Այս դիմակները հաճախ վաճառվում են որպես մեկանգամյա օգտագործման, պաշտպանիչ, բժշկական կամ վիրաբուժական դիմակներ:
- Բժշկական դիմակները պետք է կայուն լինեն հեղուկների նկատմամբ: Ստուգե՛ք ձեր դիմակը՝ առջևի մասում մի կաթիլ ջուր ավելացնելով: Ձուրը չպետք է ներծծվի դիմակի մեջ: Այն պետք է ձևավորի ջրի գնդեր դիմակի մակերեսին:
- Այս դիմակները դեմքն ամուր չեն գրկում և պետք է հարմարեցվեն՝ դեմքը ամուր գրկելու համար:
- Դեմքին հարմարեցումը կարող է [բարելավվել](#)՝ կապելով ականջի հանգույցները դիմակի եզրին մոտ և ներս մտցնելով (պարտակել) ավելացած հատվածները: Դիմակի եզրերից օդի արտահոսքը նվազեցնելու համար կարող եք նաև օգտագործել դիմակի ամրակ:
- **Խստորեն խորհուրդ է տրվում կրել կրկնակի դիմակ:** Սա նշանակում է ամուր գրկող կտորե դիմակի SU4ԻՑ կրել բժշկական դիմակ՝ մեծապես ավելացնելու զտումը և նվազեցնելու արտահոսքը: Կրկնակի դիմակ կրելն ապահովում է շատ ավելի լավ պաշտպանություն, քան միայն բժշկական դիմակ կրելը:

